

Par Sylviane Larose, M.A.,Sexologue clinicienne et psychothérapeute

L'anti-séduction ou comment s'assurer de tuer le désir!

La séduction prend de nombreuses formes et nous allons aborder un de ses éléments qui amène bien des couples dans des conflits : l'antiséduction! Simple direz-vous cela doit être seulement le contraire de l'autre! C'est à la fois cela et pas si simple non plus.

La séduction : Un apprentissage

L'apprentissage de la séduction se fait durant l'enfance. Par exemple, un enfant fera une demande particulière pour une gâterie avec un sourire, la tête penchée sur le côté en demandant très gentiment à son père: «Papa, je peux avoir des sous pour des bonbons?» , ou à sa tante «Je peux coucher chez toi et demain nous irons au MacDonald déjeuner ensemble?». La séduction est dans la façon de le demander, dans l'attitude qui l'accompagne. C'est ce qui souvent nous fera sourire et dire oui. Il en est de même pour l'enfant qui cherche un compliment sur sa coiffure ou son habillement.

L'apprentissage de la séduction commence jeune et se développe avec l'âge.

Le rejet de la séduction de l'enfant

Cette séduction enfantine est habituellement vue comme charmante et gentille. Cependant, certaines personnes sont mal à l'aise face à ce genre d'attitude et tenteront plutôt de couper cette façon d'agir voulant éviter que les enfants développent de la vanité ou bien parce qu'ils voient cela comme s'ils laissaient les enfants gagner ce qu'ils désirent par la séduction. Cela leur donne le sentiment d'être manipulés.

Ils répondront alors : «Tu ne m'auras pas avec tes yeux doux! », ou quelque chose comme «Ne soit pas vaniteuse…» et n'encourageront en rien la séduction chez l'enfant.

La séduction chez l'adulte

Les bases de la séduction sont apprises chez l'enfant. C'est ainsi que le «savoir charmer » évolue avec le temps. Mais qu'en est-il des gens qui ont été élevés dans la non-séduction?

La non-séduction

Quand on n'a pas appris à charmer ou bien à s'organiser pour amener l'autre à avoir envie de répondre à notre besoin, le seul recours disponible est la demande directe.

Il y a une réelle différence entre : «Mangerais-tu de la crème glacée? » Qui est une demande très directe et «Il fait vraiment chaud aujourd'hui. Il me semble que quelque chose de frais, doux et crémeux serait bon. Est-ce qu'une crème glacée te tenterait? Cette autre façon donne le temps à l'autre d'entrer dans le cadre où vous êtes et de prendre le temps de penser à la situation qui finalement lui donnera probablement le goût d'une crème glacée ou à tout le moins le temps d'avoir envie de quelque chose qui ressemble à votre désir.

Il en est de même pour la sexualité. Une demande directe, telle : «Veux-tu faire l'amour?», ne permet pas à l'autre d'avoir envie d'un rapprochement. L'anticipation du moment à venir n'a pas été créée et le désir peut difficilement s'éveiller. La personne se trouve confrontée à prendre une décision rapide et le risque est grand que la réponse soit négative ou que l'autre y réponde en se disant, ça fait longtemps, il faudrait bien que j'accepte, cela sans aucun désir réel.

Une autre approche antiséductrice : On «pogne» le sein ou bien l'on met la main sur les organes génitaux directement. Occasionnellement, sous forme de jeux lorsque c'est apprécié, il n'y a pas de problème. Toutefois, ce genre d'approche provoquera fréquemment une réaction de recul, de colère, de frustration, surtout si votre partenaire vous a déjà dit qu'elle n'aimait pas cela. Une approche directe devient choquante et ne permet pas d'apprivoiser l'idée d'un rapprochement,

L'antiséduction, c'est aussi lorsque l'un des deux essaye de faire une approche séduisante et que tout à coup il ou elle se fait dire : «Penses-tu m'avoir comme ça?» «Si tu crois que ton jeu de charme va marcher, tu peux aller te rasseoir!»

Comment s'y prendre différemment? C'est là que la séduction entre en ligne de compte.
La séduction permet, lorsque l'autre fait une approche un peu subtile, de commencer à penser au fait d'avoir un rapprochement sexuel. L'idée fait son chemin et permet de penser au moment à venir. Chaque personne est séduite par certaines façons de faire. Il s'agit de trouver ce qui séduit votre partenaire. Il n'y a pas de mode d'emploi précis, chaque individu étant différent.

D'autres éléments antiséduction sont entre autres le manque de propreté (mauvaise haleine, mauvaise odeur). Peut-on réellement penser qu'on peut séduire et que l'autre accepte de faire l'amour quand on ne s'est pas lavé ou brossé les dents depuis 2 jours?

Il est difficile de désirer quelqu'un qui ne sent pas bon, qui a mauvaise haleine et qui nous répugne. On peut s'assurer de ne pas réveiller le désir de l'autre en ne faisant pas attention. Si vous ne vous préoccupez pas de ce que cela peut éveiller chez votre partenaire, il est peut-être temps que vous vous posiez des questions. Il est aussi possible, qu'après avoir tellement essayé de séduire, vous ayez abandonné à cause des réactions négatives de votre partenaire. Si c'est le cas, prenez le temps de réfléchir à votre relation.

L'antiséduction ou tuer le désir!

L'anticipation du plaisir à venir fait partie des éléments importants pour soutenir le désir sexuel dans un couple. À partir du moment où l'on entre dans un mode antiséduction avec des demandes directes et claires tout le temps, il n'y a plus de place pour l'anticipation et pour le développement du désir. Il ne faut donc pas être surpris si un des membres du couple se retrouve en panne de désir!

Le jeu de séduction se joue à 2, et l'antiséduction aussi. Si l'un essaye de séduire et que l'autre ne répond que des platitudes, les tentatives de séduction disparaîtront bien vite et le désir aussi. Qui a envie de se faire «garrocher» une demande au lieu de recevoir une invitation ?

C'est ce qu'est l'antiséduction, une demande faite sans gentillesse, sans attention, sans qu'on prenne en compte le fait que l'autre a de l'importance et qu'il ou elle vaut la peine ou qu'on prenne le temps de lui faire voir qu'on a envie d'un moment particulier.

Quoi faire?

Quoi faire pour sortir de l'antiséduction? Dans un premier temps, il est important de réaliser la façon dont était perçue la séduction dans sa famille et dans son entourage. De là, il devient possible de mieux comprendre la raison des modèles installés. Par la suite il devient nécessaire de commencer à jouer le jeu de la séduction de façon complice avec le partenaire pour apprendre à dire les choses autrement. Au lieu de l'éternel «As-tu envie de baiser ce soir?» Vous pouvez jouer sur des variantes plus subtiles. «As-tu envie d'un petit moment avec moi?» «Veux-tu un verre de vin, on pourra se parler tranquillement et relaxer ensemble?» «Je pourrais te masser les pieds ou les mains si tu as envie et après qui sait…» Des variantes à l'infini qui peuvent avoir un impact différent selon le ton de voix utilisé, le clin d'œil qui l'accompagne ou la caresse subtile qui vient avec. Au fond, tout est dans la façon de demander et pas seulement dans les mots, mais aussi dans l'attitude en demandant. Un clin d'œil peut tout changer lorsqu'on exprime quelque chose, le ton aussi.

C'est un point de départ pour faire revivre le désir en créant de l'anticipation. Si toutefois vous réalisez ne plus avoir envie de séduire l'autre ou d'être volontairement entré dans un mode antiséduction, il est probablement temps de penser à consulter pour réveiller le désir dans votre couple ou regarder ce qui vous amène à éviter l'intimité en utilisant l'antiséduction.